

**FURUMOLEKENE 2018**

# Modum friidrettsklubb inviterer til Furumolekene lørdag 15.september. Stevnet arrangeres på

# Furumo stadion, Geithus.

# Stevnestart kl.11.00. Tidsskjema og info legges ut på [www.modumfik.no](http://www.modumfik.no)

# Påmeldingsfrist 10.september. Online påmelding via www.minidrett.no

# Kontakt: Hans-Petter Myklebost – [hpmyklebost@gmail.com](mailto:hpmyklebost@gmail.com) tlf. 913 78 900

# Startkontingent kr.100. Etteranmelding kr.50.- ekstra.

# Betales til konto 2270 03 01048.

Øvelser:

Barn 7/9: 60m, lengde, liten ball

J 10: 60m, lengde, liten ball

G10: 60m, lengde, liten ball

J 11: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge

G11: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge

J 12: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge

G12: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge

J13: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G13: 60m hekk , 200 m, 600m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

J14: 60m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G14: 80m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

J15: 80m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G15: 100m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

J16: 80m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G16: 100m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

J17: 100m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G17: 110m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

J18-19: 100m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

G18-19: 110m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

KS: 100m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

MS: 110m hekk , 200 m, 800m, lengde, kule, spyd, slegge, stav

logo